

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ДЮСШ  
"12" апреля 2019 г.



Ильин И.В.

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

### **о проведении контрольно-переводных соревнований по плаванию.**

#### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.

- выполнение контрольных нормативов;
- подведение итогов за учебный 2018-2019 год;
- комплектование учебных групп на новый учебный год.

#### 2. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ.

Соревнования проводятся: 17, 18 апреля и 14 мая 2019 года в городе Владимире, д.59, в "Городском центре здоровья".

Начало:	Утро	День	Вечер
разминка	<b>8.00</b>	<b>14.00</b>	<b>15.00</b>
старт	<b>8.30</b>	<b>14.30</b>	<b>15.30</b>

#### 3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на

судейскую коллегию: главный судья соревнований - Зайцева И.Л.,  
главный секретарь - Щаникова О.А.

#### 4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.

В соревнованиях обязаны участвовать все учащиеся ДЮСШ. Списки отсутствующих без уважительной причины будут переданы в учебную часть для определения вида дисциплинарных взысканий или для внесения в список кандидатов на отчисление. Освобождением может служить только справка врача. Законные представители отсутствующих на соревнованиях должны написать заявление с просьбой о переносе сроков сдачи нормативов в резервные дни, а именно 29 и/или 30 апреля 2019г.

2008 г.р. и старше: 800 в/стиль + 200 компл. + дистанция по выбору

2009 г.р. и моложе: 400 в/стиль + 200 компл. + дистанция по выбору

группы НП-1 года обучения:

4x25 всеми способами на оценку техники плавания + 200 в/стиль

#### 5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

17 апреля	18 апреля	14 мая
4 x 25 каждым способом	дистанция	400 в/стиль
200 компл.	по выбору	800 в стиль

#### 6. НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ (О.Ф.П.).

Нормативы по О.Ф.П. принимаются по группам по следующим упражнениям:

1. Выкрут рук
2. Подтягивание.
3. Прыжок в длину с места.
4. Наклон вперед стоя на возвыш.
5. Бросок набивного мяча из-за головы.
6. Челночный бег 3x10 м.

#### 7. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ.

Каждый участник соревнований обязан принять участие в соревнованиях по О.Ф.П. и стартовать на трех дистанциях.

По результатам выступлений будут утверждены списки групп.